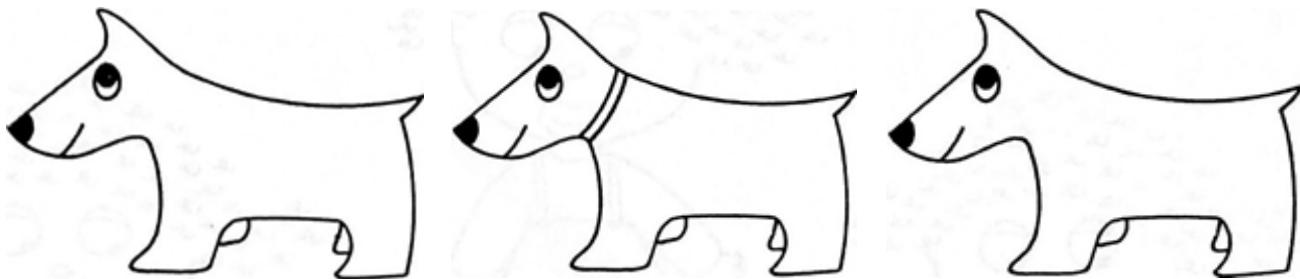


**Caderno com**  
**60**  
**atividades**  
**práticas de**  
**TDAH**

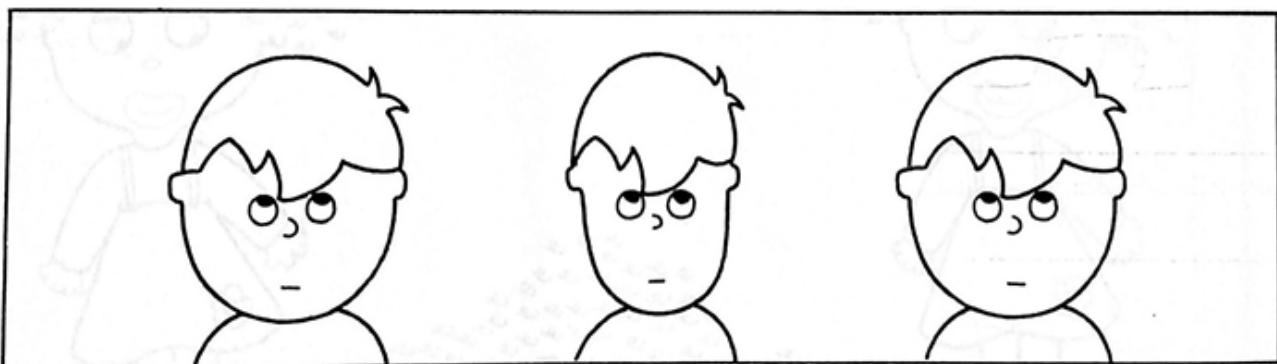


## DESENVOLVER A ATENÇÃO E CONCENTRAÇÃO

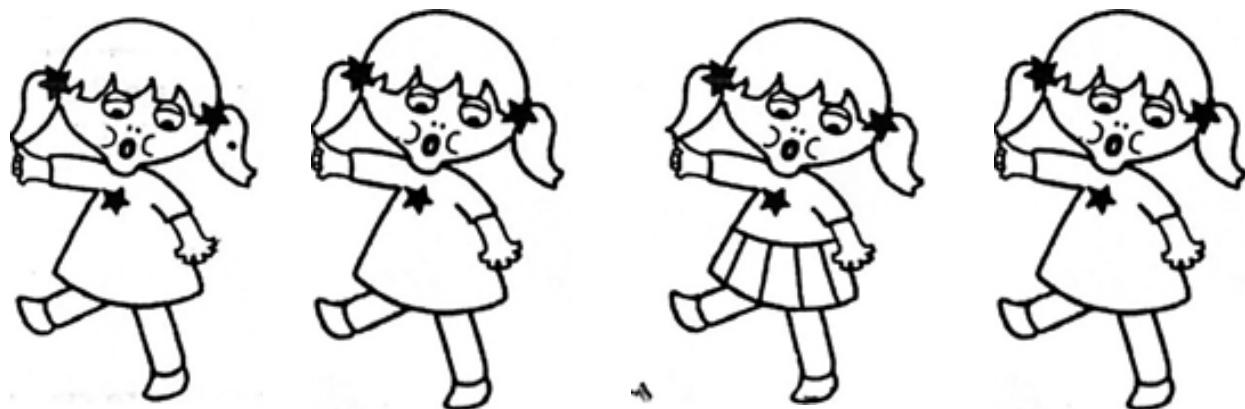
**FAZER UM CÍRCULO AO REDOR DO CACHORRINHO  
QUE TEM ALGO DIFERENTE.**



**FAÇA UM X NA FIGURA QUE É DIFERENTE**



**DESCUBRA A MENINA DIFERENTE E  
PINTE SOMENTE SEU VESTIDO**



**EM CADA LINHA HÁ UMA PALAVRA DE 5 OU MAIS LETRAS ESCONDIDAS. ENCONTRE A PALAVRA**

**ACBANANACBANCNA  
LHOOOHOOLHOSOOH  
HCFCCHFHCCHEFEHCF  
UQISAQUEOESESQUISAU  
GALRGALEIRAGALERIA  
DROQUADROQUARDO  
AZZAPARZRAPAZARRZ  
GORAGAROAAGORAGO  
LAMELATLATEMETALME  
DOCITECITETECIDOCITE  
OTURASOPOSTURASOP  
GIAENERAAAENERGIAE  
ARJANNTARJANTARTTA  
OOCHURCCHURRASCOC  
GOOAMIAAMIGOAMMOG  
OLLFUTFUTEBOLLBOLFU  
OOCPPCOPOPOCOPPPC  
COOLAESLAAESCOLAESCO  
CINEEEMACINEMACICCMA  
GIAENNGGIENERGIAGIAEE**

# ATENÇÃO, CONCENTRAÇÃO E PLANEJAMENTO

## PROFISSÕES MISTURADAS

No quadro abaixo você encontra as letras misturadas dos nomes das profissões. As letras que formam os nomes das profissões estão em sequência, mas as palavras podem estar em qualquer sentido e direção. Nenhuma letra fica de fora. Segue algumas pistas.

Lucas trabalha em um hospital, ele é \_\_\_\_\_

Davi troca pneus, ele é \_\_\_\_\_

Marcos comprou mudas para plantar. Ele é \_\_\_\_\_

Lúisa recebe pagamentos no banco. Ela trabalha no

O	R	I	E	N	A
R	O	R	D	I	X
I	E	A	C	A	I
E	J	N	O	R	I
M	R	R	F	H	E
B	O	E	R	A	C

**FORME O MAIOR NÚMERO POSSÍVEL DE PALAVRAS,  
USANDO AS LETRAS DISPONÍVEIS. ATENÇÃO:  
CADA LETRA PODE SER USADA APENAS UMA VEZ**

A	L	C	N	H	F	E	O	T	I	R
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## LÓGICA E ATENÇÃO

**JOÃO É MAIS ALTO QUE PAULO E JOAQUIM É MAIS BAIXO QUE JOÃO.**

**QUAL DAS DECLARAÇÕES SEGUINTE SERÁ MAIS PRECISA?**

- a) Joaquim é mais alto que Paulo.
- b) Joaquim é tão alto quanto Paulo.
- c) Joaquim é mais baixo que Paulo.
- d) É impossível saber se Joaquim é mais alto ou mais baixo que Paulo.

E ESSA ABAIXO, CONSEGUE  
RESOLVER???



**UM AVIÃO COM 100 PESSOAS CAIU JUNTO À FRONTEIRA DA ESPANHA. A CABINA DA PRIMEIRA CLASSE CAIU NA ESPANHA. A CABINA DA PRINCIPAL CAIU NO LADO PORTUGUÊS. QUE PAÍS TEM A OBRIGAÇÃO DE ENTERRAR OS 18 SOBREVIVENTES PORTUGUESES QUE VIAJAVAM NA PRIMEIRA CLASSE?**

- a) Portugal
- b) Espanha
- c) O país que está registrado o avião
- d) Nenhum

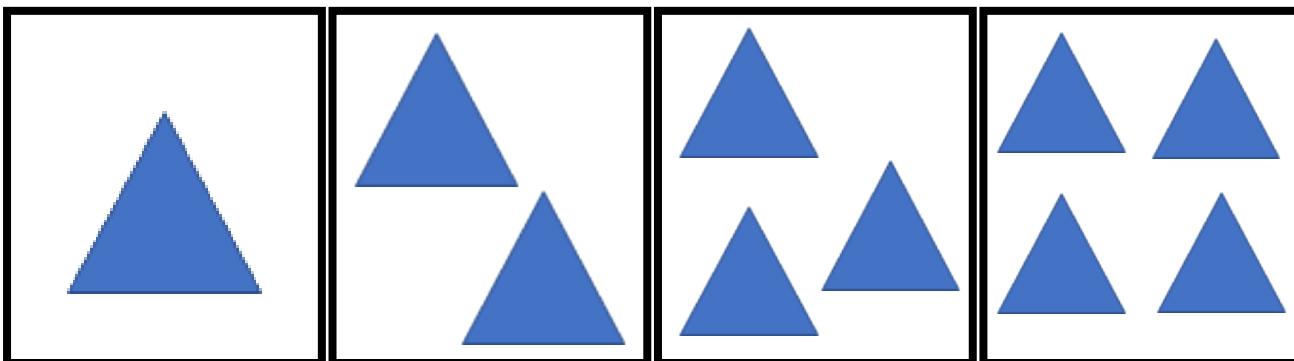
## ESTIMULANDO A ATENÇÃO

CIRCULE OS NÚMEROS PARES. AO ENCONTRAR A FIGURA FAÇA UM X NOS NÚMEROS ÍMPARES. AO ENCONTRAR NOVAMENTE A FIGURA VOLTE A FAZER CÍRCULO NOS NÚMEROS PARES.

16	13		10	5
2	15	45		6
21	44		33	71
	51	48	68	
32	63	93		43
11	26		47	58
3	24		15	23
7	36		55	68
	9	84	86	
1		2	79	48
62	48		97	55
32	14	67		59
22		71		10

## ESTIMULANDO A ATENÇÃO E CONCENTRAÇÃO

**CONTE O NÚMERO DE TRIÂNGULOS DE CADA QUADRADO**



**CONTE A QUANTIDADE DE NÚMEROS DE CADA QUADRADO**

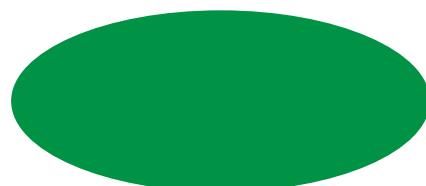
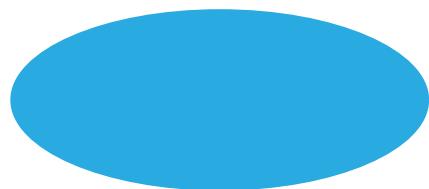
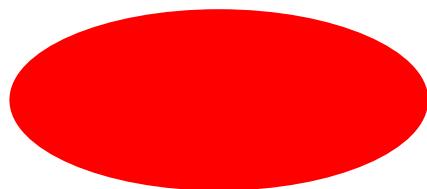
6 6 6	9 9 9	1 1	4 4 4
-------------	-------------	--------	-------------

No quadro abaixo está escondida uma palavra de 9 letras. Procure encontrá-la. As letras que formam a palavra têm que estar contíguas na vertical e ou horizontal, em qualquer direção. Daremos uma pista: pertence a categoria de esporte.

Ã	O	T	E
Ç	M	U	Q
A	T	I	A
L	P	Ç	N

Resposta: \_\_\_\_\_

## LEIA EM VOZ ALTA O NOME DAS CORES



## LEIA EM VOZ ALTA AS PALAVRAS ABAIXO



**LEIA EM VOZ ALTA O NOME DAS CORES DAS PALAVRAS.**  
**ATENÇÃO! NÃO LEIA AS PALAVRAS.**

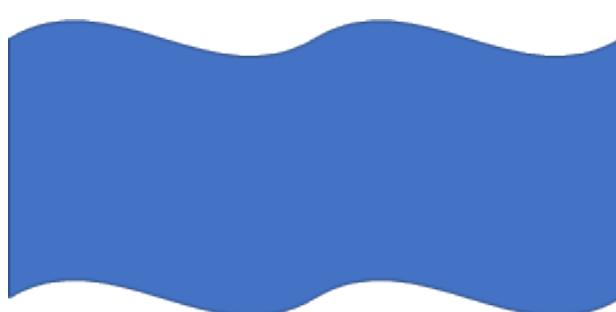
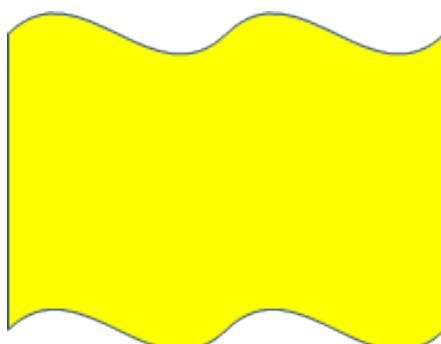
Amarelo	Verde	Vermelho	Azul
Verde	Vermelho	Amarelo	Azul

### ORIENTAÇÃO TEMPORAL

**ESCREVA O MÊS E O ANO EM QUE VOCÊ ESTÁ  
EM SEGUIDA COMPLETE O CALENDÁRIO**

MÊS

ANO



Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado

**ENCONTRE ABAIXO OS MESES DO ANO**  
**IMPORTANTE: EXPLICAR ANTES SOBRE HORA,**  
**DIA, MÊS E ANO**

D	F	E	V	E	R	E	I	R	O
E	D	A	J	J	N	H	O	O	D
Z	G	B	I	J	R	A	P	U	S
E	A	R	H	A	J	G	B	T	E
M	A	I	O	N	U	O	O	U	T
B	W	L	F	E	L	S	L	B	E
R	A	Z	V	I	H	T	N	R	M
O	X	B	E	R	O	O	Y	O	B
M	A	R	Ç	O	O	M	A	R	R
M	N	O	V	E	M	B	R	O	O
J	D	E	Z	E	M	B	R	O	L

**PINTE O MÊS E O DIA DE SEU ANIVERSÁRIO DE AZUL.  
EMBAIXO ESCREVA O ANO EM QUE VOCÊ NASCEU**

JANEIRO

FEVEREIRO

MARÇO

ABRIL

MAIO

JUNHO

JULHO

AGOSTO

SETEMBRO

OUTUBRO

NOVEMBRO

DEZEMBRO

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

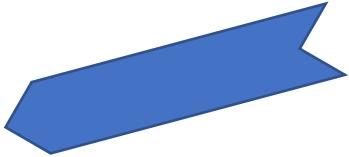
Ano em que nasci: \_\_\_\_\_

**VERIFIQUE QUE DIA É HOJE E FAÇA UM CÍRCULO NO NUMERAL. AO FINAL DO DIA, PINTE ESSE NUMERAL QUE REPRESENTAS ESSE DIA QUE TERMINOU.**

**MÊS:**

**ANO:**

**Dias da semana**



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## ADMINISTRAÇÃO DE TEMPO

**ANOTE COMO É O SEU DIA NOS HORÁRIOS  
DE CADA RELÓGIO**



---

---



---

---

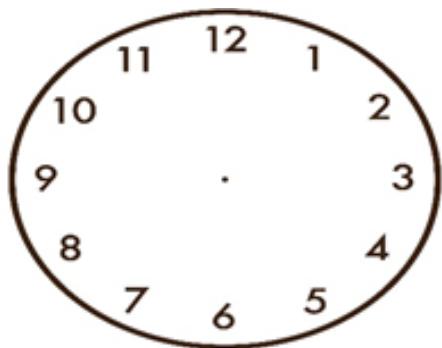


---

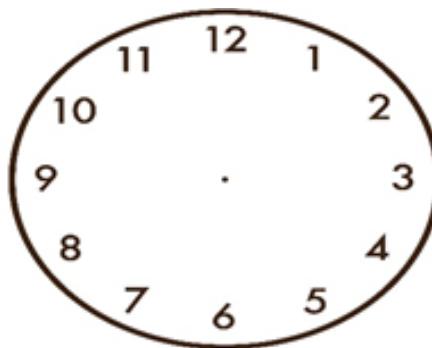
---

**DESENHE EM CADA RELÓGIO OS PONTEIROS MARCANDO  
A HORA QUE VOCÊ FEZ AS SEGUINTE ATIVIDADES.**

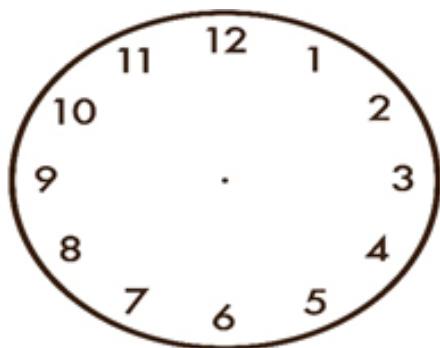
**Acordo**



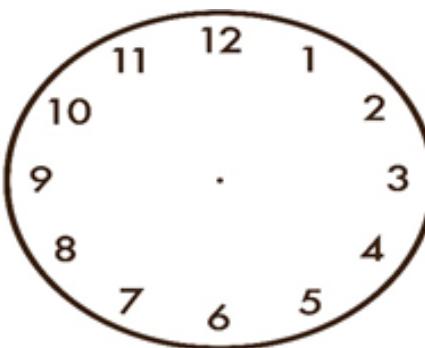
**Tomo café da manhã**



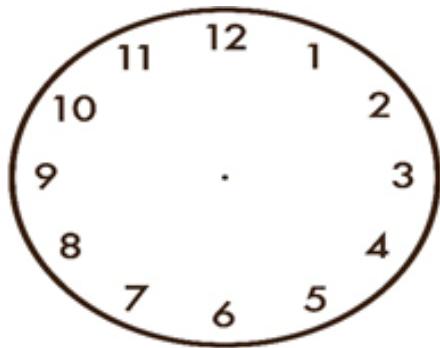
**Hora do Almoço**



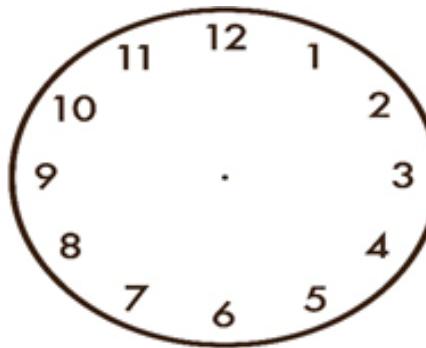
**Horário do Banho**



**Hora da Janta**



**Hora de dormir**



## ORIENTAÇÃO TEMPORAL

**QUAIS ETAPAS NECESSÁRIAS PARA FAZER UMA REFEIÇÃO?  
MARQUEM EM ORDEM CRONOLÓGICA.**

1

2

3

4

5

6

7

8



**Adicione a cebola ao óleo quente**



**Tempere a carne**



**Adicione o tomate à cebola quando  
ela estiver dourada**



**Pegue uma cebola e corte em pedacinhos**



**Retire a panela do fogo e sirva**



**Pegue um tomate e corte**



**Adicione a carne e cozinhe em fogo baixo**



**Aqueça uma frigidora com óleo**

## TRABALHANDO A ORGANIZAÇÃO

**ORGANIZE OS PRODUTOS DO MERCADO CONFORME CADA SETOR, DE FORMA QUE FIQUE ORGANIZADO**

LISTA DOS PRODUTOS	SETOR DO MERCADO
Colher	Carnes- açougue
Alface	
Pão	
Bolacha	
Arroz	
Óleo	
Maçã	Frutas, verduras e legumes
Refrigerante	
Cebola	
Bolo	
Tomate	
Sal	Padaria
Açúcar	
Panela	
Batata	Alimentos em geral
Garrafa térmica	
Carne moída	
Sabão em pó	
Mamão	Material de limpeza
Laranja	
Macarrão	
Rosca doce	
Frigideira	Utensílios domésticos
Frango	
Costela de porco	
	Bebidas / líquido

## ESCREVA AS PALAVRAS INICIADAS CONFORME O EXEMPLO

LETRA	FRUTA	ANIMAL	TRANSPORTE	OBJETO	NOME
A	AMEIXA	ARARA	AVIÃO	ANTENA	ANA

LETRA	FRUTA	ROUPA	COR	OBJETO	NOME
B					

LETRA	FRUTA	ANIMAL	ROUPA	OBJETO	NOME
M					

LETRA	FRUTA	ANIMAL	COR	OBJETO	NOME
P					

LETRA	FRUTA	ANIMAL	TRANSPORTE	OBJETO	NOME
C					

LETRA	COR	ANIMAL	ROUPA	OBJETO	NOME
V					

## TRABALHANDO A ORGANIZAÇÃO E ATENÇÃO FOCADA

**NA TABELA ABAIXO HÁ APENAS UMA PALAVRA QUE CORRESPONDE A CATEGORIA CORRETA EM CADA LINHA CORRESPONDENTE. IDENTIFIQUE E PINTE A PALAVRA E A CATEGORIA**

PALAVRA	CATEGORIA
Menino- gato- <b>avião</b>	Transporte – fruta - roupa
Mamão- carro-maçã	Transporte – fruta - roupa
Blusa – laranja- relógio	Transporte – fruta - roupa
Morango- cadeira- leão	Transporte – fruta - roupa
Ônibus- shorts-banana	Transporte – fruta - roupa
Camiseta- boi- mesa	Transporte – fruta - roupa
Livro- bicicleta- bolsa	Transporte – fruta - roupa
Elefante- ônibus- arroz	Transporte – fruta - roupa
Arroz, bermuda- café	Transporte – fruta - roupa
Leite- moto- caderno	Transporte – fruta - roupa
Casaco- lápis- copo	Transporte – fruta - roupa
Caneta- uva- tesoura	Transporte – fruta - roupa
Sofá- calça- perfume	Transporte – fruta - roupa
Colher- ônibus- lápis	Transporte – fruta - roupa
Papel- pera- mesa	Transporte – fruta - roupa

## NUMERE AS PALAVRAS DA DIREITA QUE CORRESPONDEM AS PALAVRAS DA ESQUERDA

1- Banheiro	Fogão
2- Quarto	Rede
3- Cozinha	Sofá
4- Sala	Pia
5- Varanda	Cama
	Geladeira
	Poltrona
	Mesa

Vasos
Cadeiras
Plantas
Chuveiro
Armário
Box
Televisão
Aparelho de som
Micro-ondas
Guarda roupas

## ESCREVA TRÊS COISAS QUE ENCONTRAMOS NOS SEGUINTESS LOCAIS:

**PRAIA:** \_\_\_\_\_

**ESCOLA:** \_\_\_\_\_

**MERCADO:** \_\_\_\_\_

**AÇOUGUE:** \_\_\_\_\_

**FARMÁCIA:** \_\_\_\_\_

**IGREJA:** \_\_\_\_\_

**QUARTO:** \_\_\_\_\_

**SALA:** \_\_\_\_\_

**COZINHA:** \_\_\_\_\_

**PADARIA:** \_\_\_\_\_

**SHOPPING:** \_\_\_\_\_

**BANHEIRO:** \_\_\_\_\_

## TRABALHANDO A DISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO

**ENCONTRE NO QUADRO ABAIXO AS PALAVRAS E PINTE-AS COM A COR DE ACORDO COM SUAS CATEGORIAS**

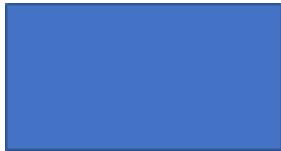
Escola	Vermelho
Roupas femininas	Verde
Roupas masculinas	Amarelo
Temperos	Marrom
Verduras	Azul

Alface	Manjericão	Cueca	Cinta	Boné	Saia
Alho	Páprica	Cebola	Terno	Orégano	Repolho
Calça	Espinafre	Aluno	Professor	Bola	Refeitório
Vestido	Meia calça	Couve-flor	Calcinha	Chicória	Camisa polo
Coentro	Livro	Lápis	Quadro negro	Salsa	Caneta
Caderno	cebolinha	Borracha	Gengibre	Couve	Açafrão
Biblioteca	Cinto	Ervadoce	Brócolis		Merenda
Espinafre	Lápis de cor	Gravata	Bandeira	Agrião	Giz

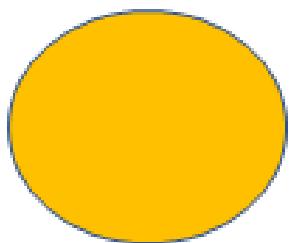
**ENCONTRE 3 LETRAS QUE NÃO SE REPETEM  
E PINTE - AS DE VERMELHO**

C	A	D	A	E	I	K
O	R	T	Z	P	R	S
S	H	F	B	H	G	M
V	A	I	C	J	E	P
T	H	K	D	V	F	O
K	C	E	V	A	F	Z
N	S	H	E	J	M	Q
R	J	P	T	N	R	S
O	R	T	Z	P	R	S
T	H	K	D	V	F	O
V	A	I	C	J	E	P
N	S	H	E	J	M	Q
K	C	E	V	A	F	Z

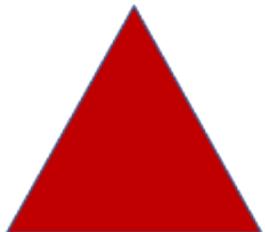
**COPIE AS FIGURAS E PINTE  
DE ACORDO COM AS CORES**



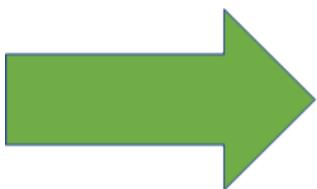
\_\_\_\_\_



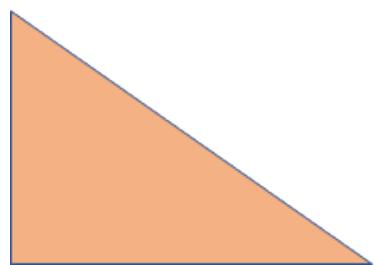
\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

## EXECUTE AS SEGUINTE ATIVIDADES

**Desenhe um círculo e pinte de amarelo**

**Desenhe um quadrado e pinte de verde**

**Em vez de um quadrado, desenhe um  
triangulo e pinte de vermelho**

**Desenhe um círculo vermelho.  
NÃO. Desenhe um quadrado e pinte-o de azul**

**PINTE DE VERMELHO A PALAVRA AZUL  
PINTE DE VERDE A PALAVRA AMARELO**

azul	amarelo	azul	azul	amarelo	azul
amarelo	azul	amarelo	amarelo	azul	azul
amarelo	azul	azul	amarelo	amarelo	azul
azul	amarelo	amarelo	azul	azul	amarelo
amarelo	azul	amarelo	azul	amarelo	azul
amarelo	amarelo	amarelo	amarelo	azul	azul
azul	azul	azul	amarelo	azul	amarelo
amarelo	azul	amarelo	azul	amarelo	azul
azul	amarelo	azul	azul	amarelo	azul
amarelo	azul	amarelo	amarelo	azul	azul
azul	azul	azul	amarelo	azul	amarelo
amarelo	azul	amarelo	azul	amarelo	azul
azul	azul	azul	amarelo	azul	amarelo
amarelo	azul	amarelo	azul	amarelo	azul
azul	amarelo	amarelo	azul	azul	amarelo

**PINTE TODAS AS LETRAS B DE AZUL**

b	d	d	d	d	d	b	d
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	b	d	d	d	d	d
d	d	d	b	d	d	d	b
d	d	b	d	d	d	d	d
d	b	d	d	b	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	d
b	d	b	d	b	d	b	d
d	d	d	b	d	b	d	d
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	d	b	d	b	d	b
d	b	d	b	d	d	d	d
d	d	d	d	d	b	d	d
d	d	b	d	b	d	d	b
b	d	d	d	d	d	d	d
d	b	d	b	d	b	b	b
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	d	b	b	b	d	d
d	b	d	b	d	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	b
d	d	b	b	b	b	d	d
d	d	d	d	d	d	d	b
b	d	b	d	b	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	d

**PINTE A LETRA B DE VERDE E A LETRA D DE AZUL**

b	d	d	d	d	d	b	d
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	b	d	d	d	d	d
d	d	d	b	d	d	d	b
d	d	b	d	d	d	d	d
d	b	d	d	b	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	d
b	d	b	d	b	d	b	d
d	d	d	b	d	b	d	d
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	d	b	d	b	d	b
b	d	d	d	d	d	d	d
d	b	d	b	d	b	b	b
d	b	d	d	d	d	d	d
d	d	d	b	b	b	d	d
d	b	d	b	d	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	b
d	d	b	b	b	b	d	d
d	d	d	d	d	d	d	b
b	d	b	d	b	d	b	d
d	d	d	d	d	d	d	d

**AS PALAVRAS QUE ESTÃO DO LADO ESQUERDO ESTÃO  
ESCONDIDAS NO LADO DIREITO. ENCONTRE E PINTE DE AZUL**

COPO	CCCPPPCOPOCCCCPPPCPCPCOCPO
BOLO	BOLLLBOBBBOLLBOLOBBLOOBLOB
CARRO	CARRROOOCAAAROOOCARRORROC
CORDA	CORAADACOOODACORDACORDDA
DEDO	DADODDAADDODEDDDEDOOODE
FACA	FAACCAFAAAACAFFCCACAFACAAAC
OSSO	OSSSSOOSOOOSSSSOSOOSSOSSS
PATO	PATTOOPTOPATOOPATTOPPATTO

## TRABALHANDO A IMPULSIVIDADE

**Fale o maior número de animais que lembrar em um minuto**

**Fale o maior número de objetos que estão no seu quarto em um minuto**

**Em um minuto, diga tudo o que você vê na imagem abaixo**



**ESCREVA SEU NOME E DE CINCO PESSOAS QUERIDAS  
POR VOCÊ, UTILIZANDO OS CÓDIGOS ABAIXO**

A-1	I-9	Q-17
B-2	J-10	R-18
C-3	K-11	S-19
D-4	L-12	T-20
E-5	M-13	U-21
F-6	N-14	V-22
G-7	O-15	W-23
H-8	P-16	X-24
		Y-25
		Z-26

**EXEMPLO: MARA 13-1-18-1**

Seu nome: \_\_\_\_\_

Pessoas queridas:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## TRABALHANDO IMPULSIVIDADE E ATENÇÃO

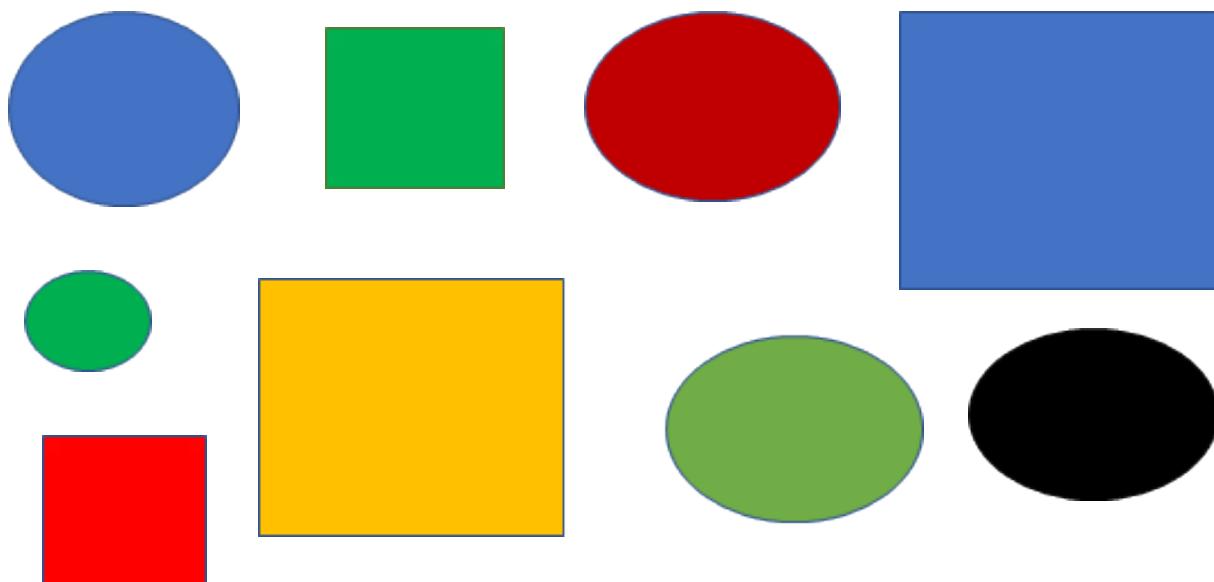
**Leia as palavras do quadro abaixo. ATENÇÃO! Sorria sempre que aparecer o nome da fruta**

Cavalo	Janela	Ameixa	Porta
Gato	Copo	Beija flor	Abacate
Leão	Amora	Garfo	Uva
Pera	Livro	Jacaré	Bacia
Carteira	Maçã	Bolsa	Peixe
Carro	Mamão	Macaco	Sapato
Cachorro	Avião	Calça	Melão
Urso	Banana	Roupa	Cobra
Cavalo	Janela	Ameixa	Porta
Gato	Copo	Beija flor	Abacate
Leão	Amora	Garfo	Uva
Pera	Livro	Jacaré	Bacia
Carteira	Maçã	Bolsa	Peixe
Carro	Mamão	Macaco	Sapato
Cachorro	Avião	Calça	Melão
Urso	Banana	Roupa	Cobra

## FAÇA CONFORME OS COMANDOS

**OBS: Nesta atividade, pode ter uma pessoa que vá dando os comandos. Pode ser realizada com os blocos lógicos ou ainda figuras feitas de EVA.**

- Toque um círculo preto
- Toque um quadrado amarelo
- Toque uma cor verde
- Toque uma cor vermelha
- Toque um quadrado
- Toque um circulo
- Toque um círculo verde pequeno
- Toque um quadrado verde grande
- Toque em um círculo vermelho e um quadrado verde
- Toque um quadrado amarelo e um círculo verde
- Toque um círculo verde pequeno e um quadrado verde grande
- Toque os quadrados devagar e os círculos depressa
- Em vez do quadrado verde, toque no círculo vermelho
- Além do círculo preto, toque no círculo verde
- Não toque no quadrado azul grande, toque no círculo vermelho
- Não toque no quadrado amarelo, toque no quadrado verde
- Não toque no círculo verde, toque no quadrado azul



## DESENVOLVENDO A IMPULSIVIDADE E A CRIATIVIDADE

**Leia as palavras do quadro e em seguida responda as perguntas**

A margarida	O marido	O eco	O pato
A sombra	O copo de leite	A noite	O chão

O que gasta sapato sem ter pés? \_\_\_\_\_

O que é escuro, mas é feito pela luz? \_\_\_\_\_

Qual a flor que mais se alimenta \_\_\_\_\_

Quem só fala depois que o outro fala? \_\_\_\_\_

A manicure	O alfaiate	O guarda de trânsito	O médico
O cabeleireiro	O regente de orquestra	O dentista	O palhaço

Quem quando trabalha todos riem? \_\_\_\_\_

Quem precisa de uma mão nossa para trabalhar? \_\_\_\_\_

Quem só enfrenta o público de costas? \_\_\_\_\_

Quem só trabalha quando é post nas ruas? \_\_\_\_\_

## TRABALHANDO O FOCO E ATENÇÃO

**Identifique a letra em comum a estas palavras e escreva - as nas linhas. Se você fizer corretamente, formará nomes de pessoas**

**Ex: amor- loja- boné- sofá = letra O**

salvador- ventilador- envelope- avenca-vento- \_\_\_\_\_

ajuda- loja- telhado- lajota- abajur- \_\_\_\_\_

anjo- monjolo- barranco- gente- nave \_\_\_\_\_

pente -tempero- estante – vinte – escada \_\_\_\_\_

assunto- saci- sorte sorvete- besouro- \_\_\_\_\_

pais- mesa- piso- vaso- sabonete \_\_\_\_\_

**Nome que formou:** \_\_\_\_\_

Macio- barco- morcego- cobertor- seco- \_\_\_\_\_

Festa- lista- velha- fivela- santo- \_\_\_\_\_

Porto- rico- jornal- trem- circo - \_\_\_\_\_

Blusa- balde- luzes- quintal- salmoura- \_\_\_\_\_

Fogueira- pagar- figueira – foca- fazenda- \_\_\_\_\_

**Nome que formou:** \_\_\_\_\_

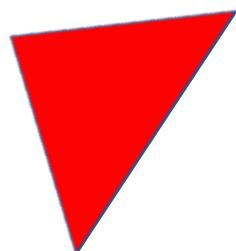
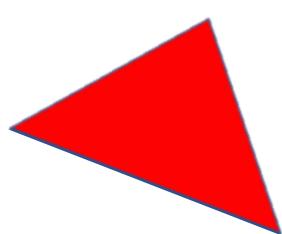
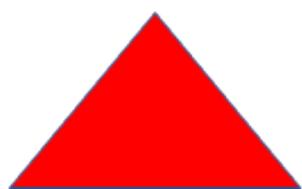
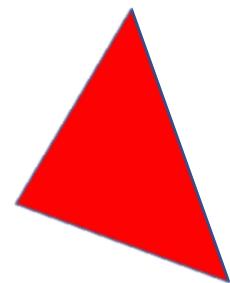
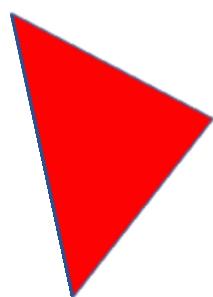
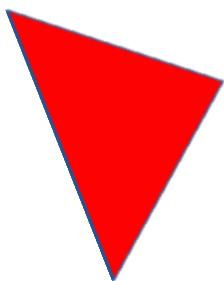
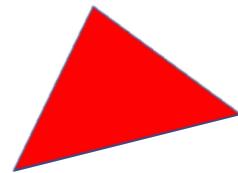
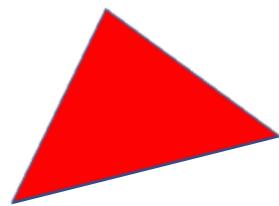
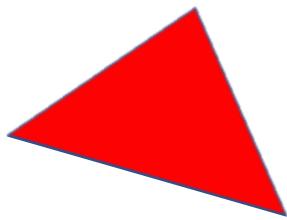
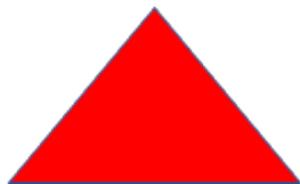
## TRABALHANDO A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E O FOCO

**Você deve responder oralmente essas perguntas em até 10 minutos. Responda o que vem na mente.**

- 1- O que te deixa triste, aborrecido(a)?
- 2- Em geral como é seu humor durante o dia?
- 3- O que te tira do sério?
- 4- Como você reage quando falha em algo?
- 5- Você consegue se adaptar às mudanças de seu cotidiano?
- 6- Diga um hábito que você possui e você sabe que não é bom
- 7- Você conhece seus pontos positivos?
- 8- Você conhece seus pontos negativos?
- 9- Quando está ou fica aborrecido, o que você faz?
- 10-Como faz para prestar a atenção em algo que precisa muito?
- 11-Você faz as coisas que gosta?
- 12-O que você faz quando sente uma emoção muito boa?
- 13-Há algo em você que você gostaria de mudar?
- 14-O que faz você feliz?
- 15-O que é mais importante para você?
- 16- Quando alguém está explicando algo e de forma longa, você consegue compreender?
- 17- Como você se vê?
- 18-Como você quer que as pessoas te enxerguem?
- 19-Em que momento você perde a paciência com as pessoas?
- 20-Quais são as pessoas mais importantes para você?
- 21-Você já fez alguma coisa que deixou alguém feliz?
- 22-O que diverte você?
- 23-O que te deixa triste?
- 24- Quantos amigos de verdade você tem?
- 25-Como se sente quando consegue resolver algo que achava difícil ?
- 26-Quando precisa, você pede ajuda?
- 27-Para quem você pede ajuda?
- 28- Qual a pessoa que mais te comprehende hoje?
- 29- O que você costuma fazer quando está aborrecido?
- 30- Você ama você do jeito que você é?

## TRABALHANDO FOCO E ATENÇÃO

Faça um círculo ao redor da figura que é igual a esta abaixo



**Abaixo temos uma história que está escrita em tiras  
Leia as tiras e as coloque na ordem correta.  
OBS: As tiras devem ser recortadas e misturadas**

### **“O Gato Vaidoso”**

Moravam na mesma casa dois gatos iguaizinhos no pelo, mas desiguais na sorte. Um mimado pela dona, dormia em almofadas. O outro, no borralho.

Um passava a leite e comia no colo. O outro, por feliz se dava com as espinhas de peixe do lixo.

Certa vez, cruzaram-se no telhado e o bichano de luxo arrepiou-se todo dizendo:

\_ Passa longe! Não vês que és pobre e eu sou rico! Que é gato de cozinha e eu sou gato de salão! Respeita-me, pois é passe longe!

\_\_ Alto lá! Senhor orgulhoso! Lembra-se de que somos irmãos, criados no mesmo ninho. Eu sou nobre, sou mais que tu!

\_\_ Em que? Não mias como eu?

\_\_ Mio!

\_\_ Não tens rabo como eu?

\_\_ Tenho!

Logo, não passas de um simples gato igual a mim. Abaixa, pois a crista desse orgulho e se lembre que mais nobreza do que eu, não tens. O que tens é apenas um bocado mais de sorte....

## TRABALHANDO A DISTRAÇÃO

**Me avise se algo estiver errado:**

**\* A atividade pode ser realizada de forma oral ou escrita**

- Fiz um desenho utilizando uma tesoura.
- O meu amigo adoçou o café com sal.
- A mãe colocou a água para esquentar na geladeira.
- As crianças foram assistir um filme no teatro.
- O cachorro não parava de miar.
- O frio fez a menina usar o seu melhor biquíni.
- O peixe estava andando livremente no parque.
- O menino escreveu um poema com a borracha.

## TRABALHANDO A ATENÇÃO E CONCENTRAÇÃO

**Observe os cartões e as ordens**

Andar  
para  
frente

Andar  
para  
trás

Parar de  
andar

Andar de  
lado

### RECORTAR OS CARTÕES

- Dividir os alunos em trios ou quartetos
- Apresentar os cartões e explicar o movimento que deve ser executado quando mostrados
- Os grupos devem espalhar pela sala ou quadra e formar filas
- Todos devem andar pela quadra
- Quando o professor mostrar um dos cartões, os alunos deverão realizar a ordem
- Aqueles que não realizarem saem da atividade
- Ganha o grupo que ficar com maior número de participantes

## DESENVOLVENDO A ATENÇÃO COGNITIVA

Qual é o número que está faltando?

7	11	15
12	?	22
19	25	31

## QUE NÚMERO CORRESPONDE AO ?

1	3	5
7	?	11

## ADMINISTRANDO O TEMPO, FOCO E ATENÇÃO

**Atividade para ser realizada em um tempo determinado( 5-10 min)**

**A mesma letra está faltando em todas as palavras do mesmo grupo. Descubra qual é a letra. Deixamos um modelo de exemplo**

**MADRINHA -PADRINHO – RODRIGUES – INDIO**

\_\_\_\_\_ORTE  
\_\_\_\_\_OGO  
\_\_\_\_\_ERIADO  
\_\_\_\_\_URACÃO

\_\_\_\_\_ALTO  
CE\_\_\_\_\_TA  
PE\_\_\_\_\_CAR  
E\_\_\_\_\_COLA

\*\*\*\*\*

ELE\_\_\_\_\_ER  
JAN\_\_\_\_\_ADA  
ELO\_\_\_\_\_IAR  
\_\_\_\_\_EN\_\_\_\_\_IBRE

MARTE\_\_\_\_\_O  
FI\_\_\_\_\_ÓSOFO  
CO\_\_\_\_\_ORIDO  
QUI\_\_\_\_\_O

\*\*\*\*\*

CARIN\_\_\_\_\_O  
\_\_\_\_\_OMEN  
FIL\_\_\_\_\_A  
\_\_\_\_\_ORTA

\_\_\_\_\_RANÇA  
\_\_\_\_\_RIBO  
A\_\_\_\_\_RIZ  
EN\_\_\_\_\_RAR

\*\*\*\*\*

PERI\_\_\_\_\_O  
EM\_\_\_\_\_OMAR  
FI\_\_\_\_\_URA  
CO\_\_\_\_\_UMELO

\_\_\_\_\_ELADO  
\_\_\_\_\_ACACO  
CO\_\_\_\_\_IDA  
CA\_\_\_\_\_ARÃO

## TRABALHANDO A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL, ATENÇÃO FOCADA E COGNição.

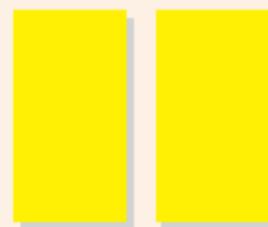
**Complete as frases oralmente em 5 minutos**

- PARA SER MEU AMIGO É PRECISO....
- ASSIM QUE CHEGO EM CASA EU.....
- O QUE MAIS GOSTO EM MINHA FAMILIA É.....
- AS VEZES ACORDO NO MEIO DA NOITE PORQUE....
- EU TENHO DIFICULDADE PARA .....
- UMA COISA QUE EU SEMPRE VOU LEMBRAR É.....
- TENHO VERGONHA DE.....
- EU SOU.....
- EU NÃO SOU.....
- UMA COISA QUE ME DEIXA PREOCUPADO É .....
- EU TENHO MEDO DE .....
- O QUE ME PREOCUPA MAIS É.....
- CHORO QUANDO.....
- FICO FELIZ QUANDO .....
- FICO TRISTE QUANDO.....
- EU TERIA CORAGEM PARA .....
- EU GOSTARIA DE TER.....
- AS VEZES ME ACHO DIFERENTE PORQUE .....
- O QUE EU MAIS GOSTO EM MIM E'
- O QUE EU NÃO GOSTO EM MIM É.....
- SE EU PUDESSE MUDAR ALGO NA MINHA VIDA, SERIA.....

## DESENVOLVENDO ATENÇÃO, FOCO E A IMPULSIVIDADE

Jogo das cartelas coloridas

Para este jogo, é preciso providenciar:  
fichas coloridas (em quantidade suficiente para o trabalho em grupo).



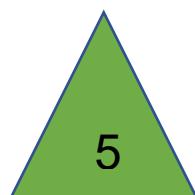
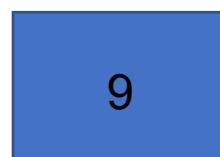
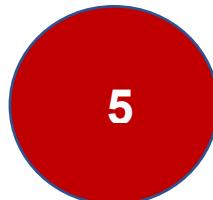
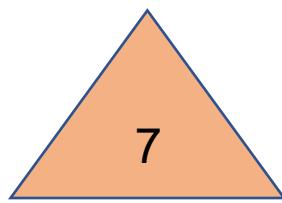
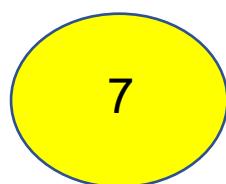
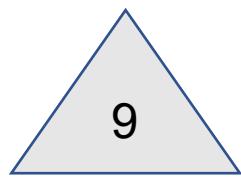
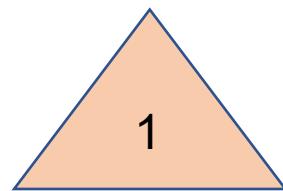
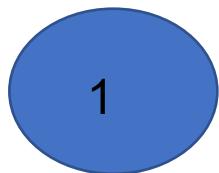
e cartelas numeradas (dez cartelas de cada número).



- As fichas coloridas ficam à disposição das crianças sobre a mesa.
- Cada ficha vermelha vale 1 ponto, cada ficha azul, 3 pontos, e cada ficha amarela, 9 pontos.
- As cartelas numeradas deverão estar em um monte embaralhado no centro da mesa.
- Cada criança retira uma cartela numerada do monte e pega a quantidade de fichas vermelhas correspondente ao número.
- Ao agrupar três fichas vermelhas, elas a troca por uma azul.
- Ao agrupar três fichas azuis, troca por uma amarela.
- Vence quem conseguir duas fichas amarelas primeiro.

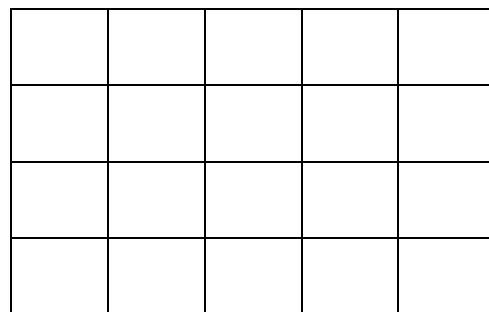
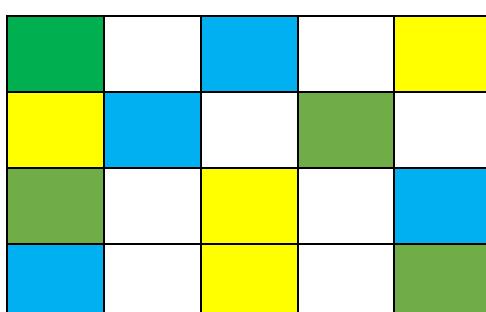
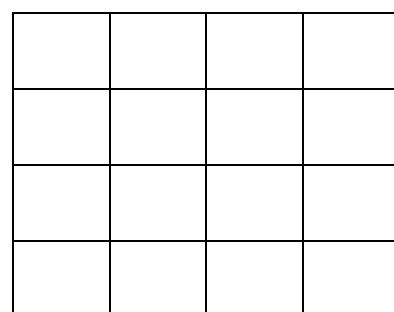
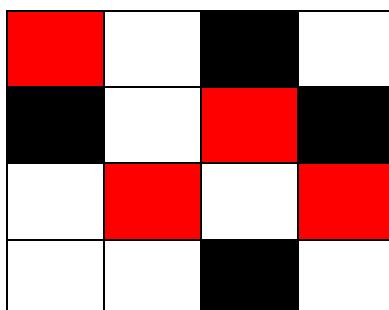
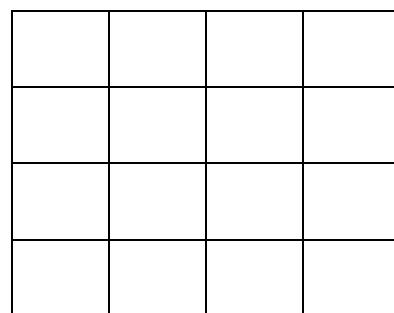
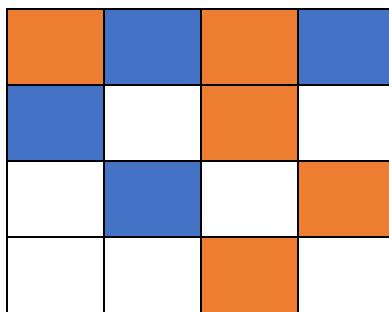
## TRABALHANDO A ATENÇÃO, DISTRAÇÃO

Ligue os numerais alternando as formas geométricas



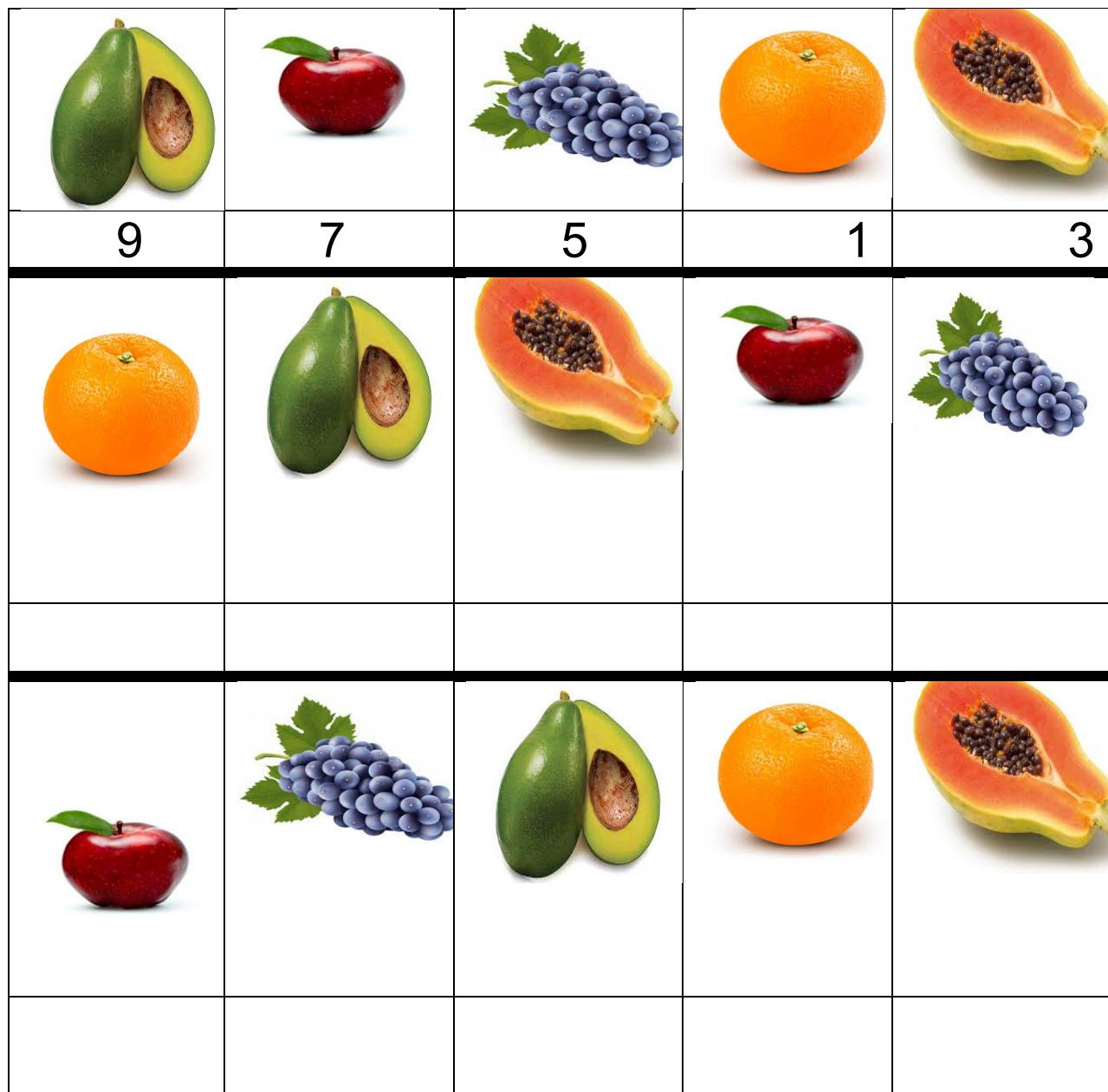
## TRABALHANDO A ATENÇÃO FOCADA

Reproduza os desenhos no quadro ao lado



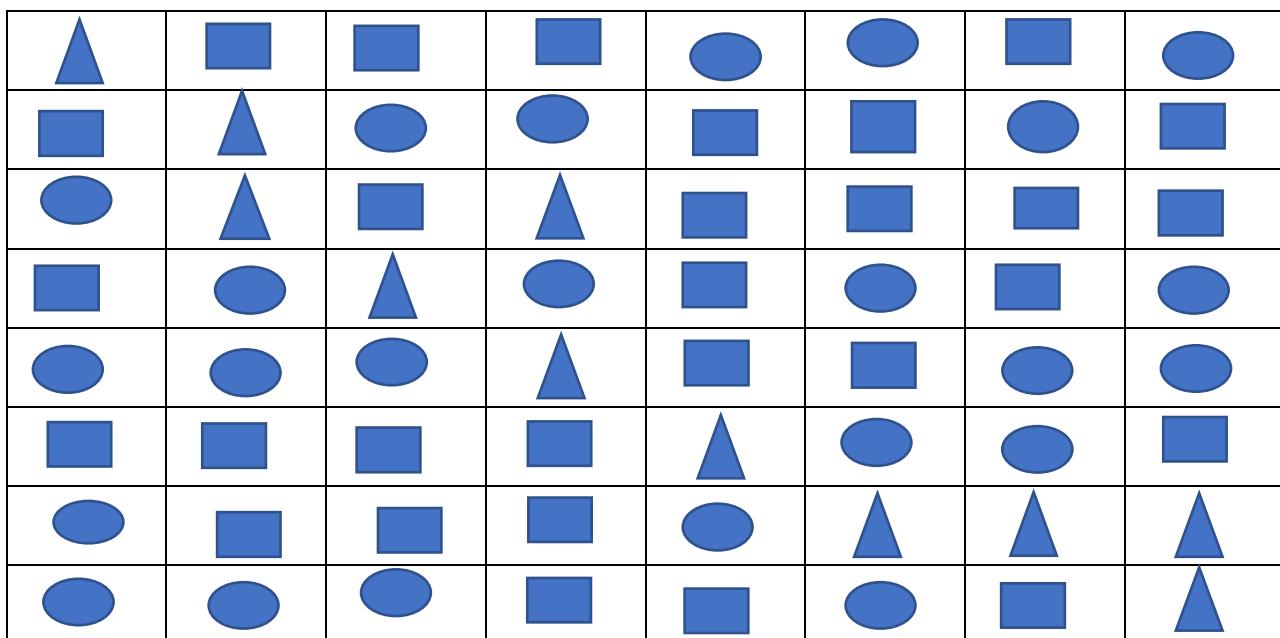
## TRABALHANDO AS FUNÇÕES EXECUTIVAS

Identifique o número das frutas de acordo com a primeira linha



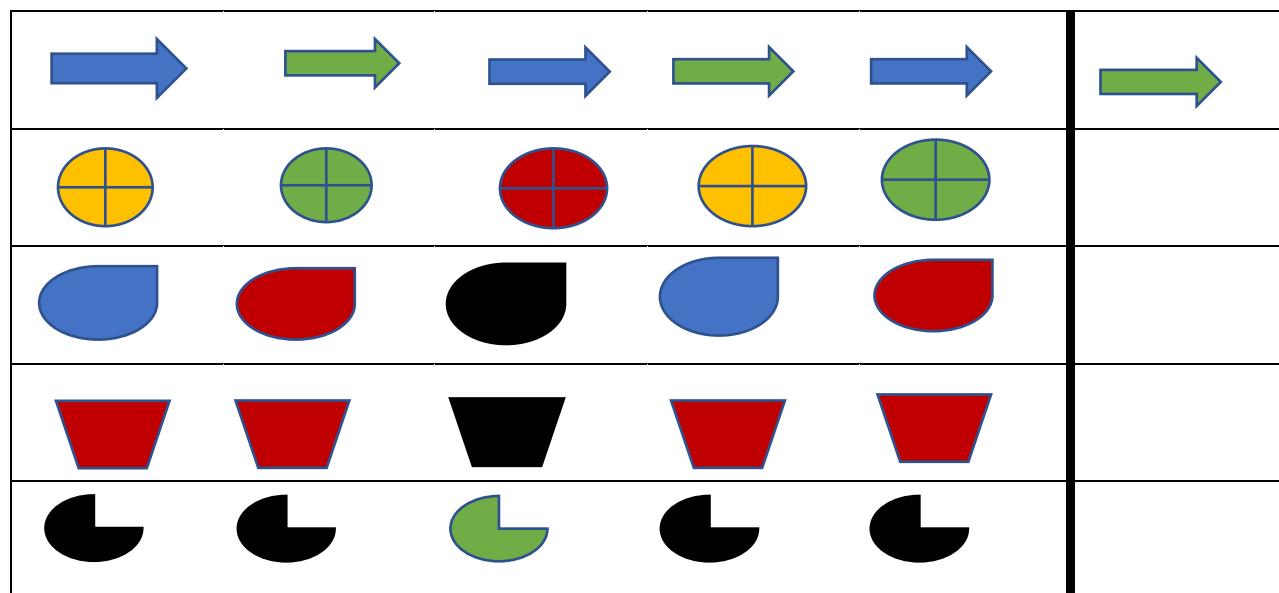
## TRABALHANDO A ATENÇÃO EM FOCO, DISTRAÇÃO

Faça um caminho seguindo somente os triângulos, mostrando o começo e o fim do caminho



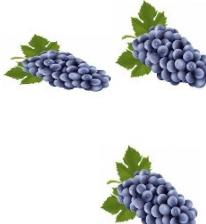
## TRABALHANDO A ATENÇÃO FOCADA

Complete a sequência colocando na segunda coluna como no modelo

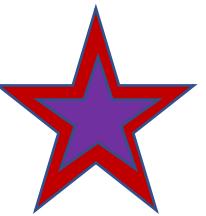


## ATIVIDADE PARA TRABALHAR A ORGANIZAÇÃO E ATENÇÃO FOCADA E ORGANIZAÇÃO

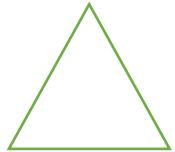
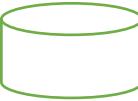
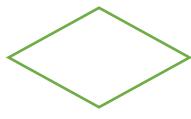
Preencha a tabela conforme o modelo

				
0				
1				
2				
3				

Preencha a tabela conforme o modelo

Preencha a tabela conforme o modelo

Formando conceitos conforme o modelo

Coloque todos os itens que você lembrar relacionados as palavras destacadas

Água: copo, garrafa, poço, balde, sabão, banho, limpeza, maquina de lavar, chuveiro, gelo, rio, oceano, lago....

Vidro:

---

---

Madeira:

---

---

Escola:

---

---

Roupa:

---

---

## ATIVIDADE PARA TRABALHAR A ORGANIZAÇÃO E ATENÇÃO FOCADA

Com as pistas abaixo determine a idade de cada pessoa circulando o numeral

EMERSON	20	30	40	50
JUVENAL	20	30	40	50
NELSON	20	30	40	50
PAULO	20	30	40	50

Sabe-se que:

- 1-Juvenal tem o dobro da idade de Paulo
- 2-Emerson é mais velho que Nelson

## Complete com números

➤ Número dos dedos das mãos \_\_\_\_\_

➤ Número dos dias da semana \_\_\_\_\_

➤ Número dos dias de fevereiro num ano

bissexto \_\_\_\_\_

➤ Número de pernas de um cachorro, um coelho

e um pardal \_\_\_\_\_

➤ Número de pessoas em um trio \_\_\_\_\_

➤ Número de letras do alfabeto \_\_\_\_\_

➤ Idade para tirar carteira de habilitação

\_\_\_\_\_

➤ Número de jogadores de um time de futebol

\_\_\_\_\_

➤ Número de minutos em uma hora \_\_\_\_\_

➤ Número de dias da semana \_\_\_\_\_

## TRABALHANDO A ATENÇÃO CONCENTRADA

Coloque no quadro abaixo os números de 1 a 9 de modo que a soma de todos os lados, vertical, horizontal e diagonal, totalizem 15

4		
	5	7

## DESENVOLVENDO A ATENÇÃO CONCENTRADA

Complete as palavras abaixo utilizando as letras do alfabeto.

Todas as palavras são alimentos

**A-B-C-D-E-F-G-H-I-J-K-L-M-N-O-P-Q-R-S-T-U-V-W-X-Y-Z**

A \_\_\_\_\_ I \_\_\_\_\_ A

A \_\_\_\_\_ E \_\_\_\_\_ O \_\_\_\_\_ A

\_\_\_\_\_ I \_\_\_\_\_ O

\_\_\_\_\_ A \_\_\_\_\_ U

A \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ E \_\_\_\_\_ UR \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ O \_\_\_\_\_ A

\_\_\_\_\_ ÉRA

Complete as expressões populares abaixo com as seguintes palavras

**GATO- QUATRO- APARÊNCIAS- ALTO- CASA-  
ESQUERDA – ABAIXO – ROSAS – JUSTOS –  
CARTÓRIO – PEITO – VAPOR – QUEDA – CUCA –  
LAGARTOS – RUA**

- ✓ Ter culpa no \_\_\_\_\_
- ✓ A todo \_\_\_\_\_
- ✓ Fundir a \_\_\_\_\_
- ✓ Prata da \_\_\_\_\_
- ✓ Ir por água \_\_\_\_\_
- ✓ Dizer cobras e \_\_\_\_\_
- ✓ Sono dos \_\_\_\_\_
- ✓ Zero à \_\_\_\_\_
- ✓ Amigo do \_\_\_\_\_
- ✓ Manter as \_\_\_\_\_
- ✓ Mar de \_\_\_\_\_
- ✓ Olho da \_\_\_\_\_
- ✓ Tiro e \_\_\_\_\_
- ✓ O diabo a \_\_\_\_\_
- ✓ Chutar \_\_\_\_\_
- ✓ Ter fôlego de \_\_\_\_\_

## DESENVOLVENDO AS FUNÇÕES EXECUTIVAS

Faça uma lista de todos os utensílios possíveis que são utilizados na cozinha e necessitam de eletricidade.

---

---

---

---

Agora escreva alguns itens que são utilizados na cozinha, não precisam de eletricidade e podem ser oferecidos como presente

---

---

---

---

Agora escreva 10 itens que não precisam de eletricidade, não se usam na cozinha e não servem como presente.

---

---

---

---

Observe a lista de palavras. Leia cada descrição abaixo e decida qual ou quais nomes de animais se encaixam nela. Escreva o nome nas linhas apropriadas.

ESQUILO

JAVALI

MACACO

PORCO

CARRAPATO

SERPENTE

LEOPARDO

OVELHA

LEOPARDO

OVELHA

RATO

TARTARUGA

TUCANO

ZEBRA

GAVIÃO

GALINHA

**Começa com a primeira letra do alfabeto e termina com a primeira.**

---

**As duas últimas sílabas formam o nome de outro animal.**

---

**As quatro últimas letras formam outra palavra, que não o nome de um animal.**

---

**Invertendo suas letras, podemos formar outras três palavras**

---

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICAS

**FUENTES, Daniel et al. Neuropsicologia: teoria e prática.** Porto Alegre: Artes Médicas, 2014.

**LIMONGI, Fernanda Papaterra. Manual de Habilidades Cognitivas.** vol.2. São Paulo: Pancast, 2004.

**MALLOY-DINIZ, L.F. et al. Avaliação Neuropsicológica.** 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2018.



Siga nossas Redes Sociais

